Rok X
Nr. 10

15 Maja 1936 r.

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 50 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

O zapobieganiu letnim biegunkom u dzieci.

Lato — to pora roku na wsi i w mieście, kiedy lekarze niewieleby powinni mieć do roboty. Chorobowość wśród dzieci wybitnie się zmniejsza, chorób wysypkowych prawie nie widać, schorzenia dróg oddechowych, wobec ciepłej pogody, zniknęły zupełnie. Warunki atmosferyczne jak najbardziej sprzyjają zdrowiu.

A jednak — tak około lipca, a potem coraz częściej i częściej — w sierpniu, ba, nawet jeszcze we wrześniu, (nieraz właśnie przedewszystkiem w tym miesiącu), zaczynają dzieci, głównie te najmłodsze, zapadać, jak to się ogólnie mówi, „na żołądek". Lżej, lub ciężej: przychodzi nieraz takie lato, że ta „żołądkowa" choroba przeistacza się jak gdyby w wielką epidemję. Jedno za drugiem chorują niemowlęta i dzieci nieco starsze. I niestety, cierpienie często nie ogranicza się do jakiegoś zwykłego, lekkiego rozwolnienia, ustępującego przy właściwej diecie po dwóch, trzech dniach, a przechodzi w burzliwą, gwałtowną chorobę gorączkową z wymiotami, bardzo częstemi stolcami, z olbrzymiem, wzrastającem z dnia na dzień wyniszczeniem dziecka, z kolosalną utratą wagi ciała, i niejednokrotnie, z tragicznem, bo śmiertelnem zakończeniem.

To są te „biegunki letnie", o których mamy tu mówić, których tak słusznie obawiają się dla swych dzieci rodzice, a które lekarz w każdym przypadku traktuje jak najbardziej poważnie i ostrożnie.

Niestety, słyszy się o nich dzisiaj jeszcze dość często, zwłaszcza na prowincji, gdzie pomoc lekarska niezawsze jest na miejscu i we właściwym czasie, co dla leczenia ma pierwszorzędne znaczenie.

Jeżeli powiedziałem o letnich biegunkach, że słyszy się, niestety, o nich jeszcze i dzisiaj, to uczyniłem to zupełnie świadomie. Dawniej, bowiem, były one przyczyną niezliczonej liczby śmierci niemowląt.

W czasach przedwojennych, przed 30 — 40 laty, śmiertelność dzieci w pierwszym roku życia była tak olbrzymia, że śmiało można było powiedzieć, iż dzieci w tym wieku wymierały jak muchy; na każde sto żywo urodzonych zaledwie 70 — 75, a w niektórych krajach nawet mniej, dociągało do końca pierwszego roku życia — reszta ginęła.

W ciągu ostatnich kilku dziesiątków lat jesteśmy świadkami olbrzymich postępów w najrozmaitszych dziedzinach naszego życia. Potrafimy dzisiaj w niezmiernie krótkim czasie pokonywać wielkie odległości; radjo, przy pomocy stosunkowo mało skomplikowanych aparatów, daje nam możność porozumiewania się z mieszkania z całym niemal światem, telewizja, prawdopodobnie, udostępni

nam wkrótce nietylko rozmowę, lecz wzajemne widzenie się na odległość

Coraz więcej tajemnic wyrywamy przyrodzie, coraz głębszą i pokaźniejszą staje się nasza wiedza.

W niczem jednak nauka nie ujawniła bardziej swej potęgi, jak w walce ze śmiercią, przedewszystkiem ze śmiertelnością dziecka najmłodszego — niemowlęcia.

Od 30 — 40 lat we wszystkich cywilizowanych krajach śmiertelność niemowląt zmniejszyła się o połowę, a to już bardzo wiele, jeżeli przypomnimy sobie, że trzecią część zmarłych każdego narodu stanowią dzieci, którym śmierć nie dała dożyć nawet pierwszego roku.

Zjawisko zmniejszania się śmiertelności dzieci jest wynikiem prac, doświadczeń i całego mnóstwa urządzeń, o których częściowo będziemy potem musieli tu wspomnieć.

Doświadczenie stwierdziło, że jedną z najważniejszych przyczyn śmiertelności niemowląt są t. zw. zaburzenia w odżywianiu, że przedewszystkiem wymierają te dzieci, które żywione są sztucznie — z flaszki, że giną one w wielkiej liczbie latem, w miesiącach najbardziej upalnych od czerwca do września i, że w tych właśnie miesiącach na czoło wszystkich schorzeń wysuwają się te letnie biegunki.

Przyroda jest najlepszym nauczycielem. Uczy nas ona, że najlepszem pożywieniem dla każdego młodego zwierzęcia, a więc i dla dziecka w pierwszym roku życia, jest mleko własnej matki i, że mimo całą wynalazczość ludzką, mleka kobiecego nic dostatecznie zastąpić nie może.

Dlaczego mleko kobiece jest jedynem istotnem pożywieniem?

Ponieważ, po pierwsze, jest ono pożywieniem naturalnem przyrodzonem każdemu gatunkowi zwierzęcia i, powtóre, ponieważ dostaje się do przewodu pokarmowego drogą najbardziej krótką: od piersi matki — wprost do ust niemowlęcia.

Bezwątpienia lato pod względem schorzeń kiszkowych daje się również we znaki i dzieciom karmionym piersią, jednak w żadnym wypadku zaburzenia te nie przebiegają u nich tak tragicznie, jak u żywionych sztucznie i tylko zupełnie wyjątkowo rezultatem ich jest śmierć niemowlęcia.

Co jest istotną przyczyną biegunek letnich u dzieci? Czy każde dziecko jednakowo łatwo na nie zapada? Co czynić, aby ustrzec je przed tem ciężkiem cierpieniem? Nazwałem je ciężkiem, bo, pomijając już zejście śmiertelne, jakiem nieraz kończy się ono u dzieci słabszych, każde, dłużej trwające zaburzenie kiszkowe prowadzi do znacznego osłabienia organizmu, zmniejsza jego siły odpornościowe, nieraz na długie potem lata.

Dlaczego tak jest, odpowiedź bardzo prosta. Wszak życie dziecka w 1-szym i nawet 2-im roku — to, właściwie, nic innego, jak bardzo intensywna rozbudowa ciała; wszystkie inne procesy życiowe są jeszcze gdzieś ukryte na dalekim tylnym planie: na plan pierwszy występują w całej pełni procesy odżywiania, przyswajania przyjętego pokarmu i zamieniania go we własną tkankę, własną krew

i własne soki. Wszystko to (a więc i zaburzenia w trawieniu), co procesy te utrudnia, musi w rezultacie doprowadzić do poważnych zmian chorobowych, zaburzeń w prawidłowym, normalnym rozwoju organizmu, do jego, nieraz na długie lata, osłabienia i wyniszczenia.

Zaczyna się rozmaicie. Nieraz bardzo gwałtownie i burzliwie — wysoką gorączką, wymiotami obfitemi, częstemi stolcami. Choroba postępuje szybko: dziecko z dnia na dzień traci na wadze, coraz bardziej opada z sił, traci zupełnie łaknienie; głos jego staje się coraz bardziej matowym, ochrypłym; wreszcie zapada w chorobliwą śpiączkę, i jeżeli nie dać mu wtedy pomocy lekarskiej (chociaż w tym stanie zadanie lekarza jest już wogóle bardzo trudne), umiera.

Innym razem choroba ma wolniejsze tempo, nie daje tak ciężkiego obrazu, jak ten, który przed chwilą narysowałem, lecz również, chociaż powoli, jednak prawie zawsze, prowadzi do coraz większego wychudzenia dziecka, upadku sil i — bez leczenia również tragiczne może mieć zakończenie.

I w jednym i w drugim przypadku dziecko, co jest bardzo ważne traci zupełnie odporność: nie jest ono już zdolne do walki z jakąkolwiek inną chorobą; jeżeli, niedaj Boże (co zresztą trafia się nie tak rzadko), przyplącze się wtedy jakieś zapalenie płuc lub ucha, to wszelka pomoc staje się prawie bezskuteczną.

I jeszcze o jednem należy tu przypomnieć.

Biegunki letnie pozostawiają na bardzo długi okres życia skłonność do zapadania na zaburzenia kiszkowe: pod wpływem jakichś szkodliwych czynników, które u innych dzieci nie wywołują żadnych objawów chorobowych, u tych bardzo łatwo przychodzi do „psucia się żołądka”, do rozwolnień śluzowych i t. p.

Wreszcie, jak o tem już wspomniałem, ciężkie biegunki letnie są powodem upośledzenia rozwoju fizycznego na najbliższe lata, zmniejszają na długo ogólną odporność dziecka, czyniąc je wrażliwszem na wszelkie choroby bakteryjne.

Dziecko takie, po wyleczeniu, wymaga przez długi jeszcze okres życia specjalnej uwagi, specjalnej pielęgnacji i nieraz, specjalnej diety.

Przedstawiłem sprawę tak, jak ona jest w rzeczywistości — bynajmniej nie w celu wywołania strachu przed wywożeniem dziecka na wieś, gdzie o pomoc lekarską zawsze trudniej niż w mieście; chodzi mi o to, że tej ciężkiej choroby można niejednokrotnie uniknąć, że w większości wypadków winę za jej powstanie ponosi całkowicie matka, która, czy przez

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Wyraz twarzy dziecka (ciąg dalszy).



8-miesięczny dzidziuś obserwuje i myśli.



Zamyślona ..



Napięcie uwagi
i zainteresowania.



7-tygodniowy synek
poznał swą matkę.



Smutek (trudności natury wewnętrznej).



Wyraz przerażenia u dziecka nerwowego.



Przestrach.



Wymuszony uśmiech (grzecznościowy) u dziecka zbyt grzecznego.



Radość życia.

Dr. M. ZAKS.

ekkomyślność, czy przez nieznajomość sprawy, nie umiała jej zapobiec.

Z lekkomyślnością walczyć trudno: dopiero nabyte doświadczenie, dopiero smutne, a tak, niestety, liczne niepowodzenia zmuszają nas, och, jakże późno niekiedy, szukać oparcia w prawdziwej wiedzy.

Więc i tu chcielibyśmy dopomóc matce, wytłumaczyć jej, jak to jest z temi biegunkami letniemi i jak przed niemi ustrzec dziecko.

(C. d. n.) *Dr. Marceli Gromski.*

Pierwsza pomoc w oparzeniach u niemowląt i u dzieci.

Jednem z najczęściej zdarzających sie uszkodzeń skóry u dzieci jest oparzenie. Może ono powstać wskutek działania ognia, gorących płynów, pary, żrących ciał, gdy wskutek nieodpowiedniej opieki dostęp do tych rzeczy jest dziecku ułatwiony.

Rozróżniamy trzy rodzaje oparzeń: oparzenie I-go, II-go i III-go stopnia. O oparzeniu I-go stopnia mówimy wtedy, gdy występuje tylko zaczerwienienie skóry. W oparzeniu II-go stopnia zjawiają się na skórze pęcherze małe lub duże, czasem pojedyńcze, czasem mnogie. Wszystkie one wypełnione są cieczą wodnistą, sam zaś pęcherz robi wrażenie napiętego. Najcięższem jest oparzenie III-go stopnia. Mamy wtedy do czynienia z głębokiem uszkodzeniem skóry i z martwicą tkanek pod skórą leżących.

Najczęściej spotykamy oparzenia mieszane I-go i II-go stopnia, gdy obok zaczerwienienia mamy pęcherze lub I-go II-go i III-go stopnia, gdy mamy zaczerwienienie, pęcherze i głębsze uszkodzenie tkanek.

Co robić, gdy zajdzie potrzeba okazania pierwszej pomocy oparzonemu dziecku.

Posiłkując się wyżej podanemi wskazówkami, należy przedewszytkiem określić, z jakim stopniem uszkodzenia mamy do czynienia i od tego uzależnić nasze postępowanie. Jeżeli stwierdzimy oparzenie I-go stopnia, a więc tylko zaczerwienienie skóry, to wystarczy, gdy na zaczerwienionem miejscu położymy okład ze spirytusu lub roztworu sody (łyżeczka na szklankę wody). Przejściowe wrażenie zwiększenia bólu wnet mija i dziecko szybko się uspakaja.

Przy oparzeniach II-go stopnia należy pęcherze przekłuć igłą, przepaloną w ogniu lub przeciąć wygotowanemi nożyczkami, aby w ten sposób wypłynął zawarty w nich płyn — pęcherzy zdzierać nie wolno. O ile ktoś nie czuje się na siłach zrobić tego, jak trzeba, niech się uda do lekarza. Po przekłuciu pęcherzy należy położyć opatrunek z gazy sterylizowanej, umoczonej w mieszaninie oleju lnianego i wody wapiennej w równych częściach lub w czteroprocentowym roztworze taniny. Moż-

na też w braku tych środków pokryć oparzone miejsce wazeliną i sterylizowaną gazą, watą i owinąć bandażem. Opatrunek należy zmieniać dwa razy dziennie, gdy położono olej lniany i wodę wapienną, a co drugi dzień przy taninie.

Przy oparzeniach III-go stopnia obmywamy oparzone miejsce rozczynem sody, jeśli oparzenie nastąpiło kwasem lub też sokiem cytrynowym albo wodą z octem, jeśli oparzenie nastąpiło ługiem Przy oparzeniach wapnem obmywamy oparzone miejsce wodą cukrzoną. Opatrujemy w podobny sposób jak oparzenia II-go stopnia. Radzę jednak pomimo nałożenia opatrunku natychmiast zawezwać lekarza, gdyż oparzenia III-go stopnia goją się bardzo długo i mogą pociągnąć za sobą niekiedy nawet groźne powikłania.

Przy okazji zaznaczę, że jeśli widzimy dziecko, na którem pali się odzież, to należy tłumić ogień, owijając je kołdrą, dywanem, wreszcie własnem zwierzchniem ubraniem. Nie należy tracić czasu na szukanie wody lub ściągać ubranie z ofiary wypadku, gdyż w ten sposób można zedrzeć bąble, co jest i bolesne i niebezpieczne. Poszczególne części ubrania należy rozciąć tak, aby one same pospadały. Części, które przywarły, należy pozostawić aż do czasu przybycia lekarza.

Przy opatrywaniu oparzeń należy zachować nadzwyczajną czystość zarówno rąk jak i materjałów opatrunkowych, gdyż w przeciwnym razie można zanieczyścić miejsca oparzone, wywołać nawet ogólne zakażenie.

Na zakończenie pragnę podkreślić, że dziecko reaguje na oparzenie ciężej niż dorosły. Dlatego nawet przy oparzeniach II-go stopnia, zajmujących więcej niż $^1/_3$ powierzchni ciała, rokowanie jest zawsze bardzo poważne. Jedynie racjonalna pierwsza pomoc i należyta późniejsza opieka lekarska może zwiększyć szanse utrzymania dziecka przy życiu.

Dr. Michalina Biehler

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Jak zachowywać się z dzieckiem w czasie pierwszego szczepienia ospy?

1. *Jak przygotować dziecko do szczepienia?*

Wykąpać i włożyć mu czystą koszulkę.

2. *Jak postępować z dzieckiem zaszczepionem?*

Zazwyczaj przez pierwsze 3 dni, dopóki nie zjawi się pęcherzyk ospowy, traktujemy dziecko jako zupełnie zdrowe.

3. *A później, gdy wytworzy się pęcherzyk?*

Koszulkę, przeprasowaną przed włożeniem gorącem żelazkiem, zmieniamy dwa razy dziennie. Podczas kąpieli nie wolno zmoczyć miejsca zaszczepienia. Na spacer dzieko może wychodzić nadal.

4. *Dlaczego nie wolno w tym czasie moczyć miejsca szczepionego?*

Bo łatwo wtedy przenieść ospę na inne miejsca skóry.

5. *A jak z ubieraniem na czas spaceru?*

Niczem się ono nie różni od ubierania zwykłego.

6. *A gdy pęcherzyk zropieje i dziecko zacznie wysoko gorączkować?*

Ze spaceru i kąpieli należy wtedy zrezygnować; czystość utrzymywać przez mycie dziecku całego ciała.

7. *A kiedy można kąpać ponownie?*

Gdy zacznie wytwarzać się strup; nie należy go jednak moczyć.

8. *Dlaczego nie można go moczyć?*

Bo utrudnia się w ten sposób gojenie miejsca szczepionego.

9. *Kiedy strup zwykle odpada?*

W 3 — 4 tygodniu po zaszczepieniu.

10. *Czy można go oderwać?*

Nie można.

11. *Czy trzeba stosować opatrunek na miejsce zaszczepione*?

Przeważnie nie. Częsta zmiana koszulki zazwyczaj wystarcza,

12. *A co robić, gdy koszulka przyklei się do krosty*?

Nie należy jej odrywać, lecz wyciąć z niej przyklejony kawałek i pozostawić go.

13. *O co jeszcze matka dbać musi*?

By dziecko nie drapało zaszczepionego miejsca.

14. *Dlaczago drapać nie można*?

Bo można: I przenieść ospę na inne miejsce, II spowodować większe ropienie i gorączkę, III spowodować dużą bliznę poszczepienną.

15. *Czy trzeba leczyć gorączkę, powstałą na skutek szczepienia?*

Zazwyczaj nie potrzeba. Temperaturę należy jednak mierzyć.

16. *A czy w czasie gorączki dziecka szczepionego mogą powstać jeszcze jakieś inne zaburzenia?*

Tak. Dziecko może grymasić, nie mieć humoru; może trochę wymiotować, stołeczki mogą być wolniejsze. Objawy te jednak nie mają większego znaczenia i ustępują same bez leczenia.

17. *Co należy zrobić, gdy ospa dziecku się nie przyjęła?*

Należy zaszczepić ją ponownie.

Dr. P. Wójciak.

Czy i kiedy należy strzyc włosy dzieciom do lat 7-miu?

Po omówieniu „mycia głowy" dziś zkolei zajmiemy się sprawą nie mniej ważną, strzyżeniem włosów. W czasach obecnych tak kobiety jak i mężczyżni naogół nie noszą zbyt długich włosów.

Długie włosy łatwo chłoną brud i kurz, trudno je utrzymać w czystości. W brudnych długich włosach mogą łatwo zagnieżdżać się najróżnorodniejsze pasorzyty np. wszy. Gęste długie włosy utrudniają wentylącje skóry na uwłosionej części głowy. Po wysiłkach fizycznych pokrywa się ona potem, który nie może parować. Przy łojotoku znów złe oddychanie skóry wzmaga wydzielanie łoju,

Z drugiej strony krótkie włosy ułatwiają promieniom słonecznym przenikanie wgłąb skóry. Część tych promieni t. zw. pozafiołkowe leczą obok innych środków łojotok skóry. Strzyżenie włosów nie przynosi im żadnej szkody nie osłabia ich. Częste obcinanie włosów powoduje szybszy ich wzrost. Nie łysieją zatem ludzie dla tego, że strzygli włosy, ale z innych przyczyn, najczęściej z powodu nadmiernego łojotoku skóry.

Wśród ludu na wsi, ale nawet i w niektórych środowiskach miejskich, istnieje przesąd, że obcinanie włosów niemowlętom jest szkodliwe, a nawet jest przyczyną najróżnorodniejszych ogólnych chorób. Jest to tylko przesąd.

Pierwsze włosy, z któremi dzieko przychodzi na świat, wypadają w krótszym lub dłuższym czasie po urodzeniu. Na ich miejsce powoli wyrastają włosy trwałe. Zależnie od właściwości osobniczych uwłosienie to jest mniej lub więcej obfite.

Kąpiel codzienną i mycie głowy łatwiej przeprowadzać u niemowląt z krótkiemi włosami. Stąd jest rzeczą wskazaną, aby wszystkie niemowlęta o zbyt długich włosach na lato miały włosy podstrzyżone.

Włosy niemowlętom niekoniecznie potrzebuje strzyc fryzjer, może to robić matka zwyczajnemi nożyczkami.

Starsze dzieci, zależnie od płci i pory roku, mogą nosić włosy dłuższe lub krótsze. Chłopcy jako znacznie ruchliwsi powinni nosić wszyscy bez wyjątku włosy krótko ostrzyżone, najlepiej krótko przy skórze W zimie mogą być one nieco dłuższe.

U dziewcząt rodzice chętnie widzą trochę dłuższe włosy. Można się z tem zgodzić. Noszenie dłuższych włosów jest również nieszkodliwe, tylko utrzymanie w czystości i pielęgnacja takich włosów wymaga większego starania.

Strzyżenie włosów odbywać się może we fryzjerniach lub w mieszkaniach prywatnych Obowiązkiem rodziców jest dbać, by maszynki, grzebienie, prześcieradła i t. p. utensylja, używane przy strzyżeniu, były oczyszczone i o ile to możliwe — odkażone. Brudne przyrządy fryzjerskie mogą być rozsadnikami chorób, przenosić z człowieka na człowieka najróżnorodniejsze schorzenia włosów i skóry.

Jako zasadę przyjąć należy — po powrocie od fryzjera dziecko powinno mieć w domu umytą głowę. Nie pozwalamy również fryzjerom na karbowanie włosów przy pomocy gorących żelazek. Jest to niewskazane ze względów wychowawczych, poza tem karbowanie niszczy włosy.

Krótko ostrzyżone włosy u chłopców, nieco dłuższe, staranie uczesane, u dziewczynek, składają się na miłą dla oka sylwetkę dziecięcą.

Dr. K. Ereciński.



Ze skrzynki do listów.

Zalety okolic podgórskich i górskich.

Pani Zofji K. w Poznaniu.

Wychwalaniem i wyliczaniem zalet wybrzeża morskiego lub zwykłej wsi polskiej, jako miejsca letniskowego dla dzieci, krzywdziłoby się niesłusznie okolice podgórskie lub górskie.

Nie można również wygłaszać hymnów pochwalnych na rzecz tylko okolic górskich lub podgórskich, bo klimat morski ma dużo niezaprzeczonych zalet, jak również zwykła wieś polska nie jest tych zalet pozbawiona.

Jeżeli zatem chodzi o miejsce na letnisko dla dzieci, to dzięki Bogu mamy w czem w Polsce wybierać. Zresztą, najważniejszą jest rzeczą, żeby dziecko miało letnisko, mniej zaś ważnem będzie, dokąd je wysłać, bądź dokąd zniem wyjechać.

Obowiązywać powinna tylko zasada,

że z niemowlętami lub drobnemi dziećmi wyjeżdżać zbyt daleko nie można, bo długa i uciążliwa podróż źle odbija się na ich zdrowiu i często niweczy korzyści, osiągnięte na letnisku. Wybierając znomu na letnisko zwykłą wieś polską, musimy wymagać od niej pewnych zalet.

Minąłbym się celem, gdybym tu wszystkie wymagania od zwykłej wsi polskiej wyliczał, ale wspomnę chociaż o tych najważniejszych.

A więc musi to być okolica sucha, lesista, piaszczysta, niezbyt oddalona od miejsca naszego stałego pobytu, niedaleko od stacji kolejowej.

Dzieci chore wymagają miejsca o tych czy innych właściwościach klimatycznych, zdrowe zaś naogół dzieci wypoczną i nabiorą nowych sił wszędzie niemal, dokąd je w lecie wywieziemy, byleby tylko nie spędzały one lata w murach wielkiego miasta.

Naogół mówiąc, nie można rujnować się materjalnie i wyjeżdżać do miejsc zbyt reklamowanych i drogich, bo dla dzieci zdrowych, wymizerowanych tylko warunkami życia wielkomiejskiego, wystarczy, jeżeli one będą spędzały lato poza miastem, a gdzie, to już rzecz mniej ważna.

Możliwości finansowe rodziców mają tu głos decydujący. Co innego, jeżeli nadarza się sposobność wyjazdu do miejscowości zdrowej, malowniczej i nie pociągającej dużych kosztów.

Z takiej okazji musi Pani skorzystać. Takich, zresztą, miejscowości tanich a przytem zdrowych i malowniczych jest w Polsce dużo, nie wszyscy, niestety, o nich wiedzą.

Okolica, do której Pani wybiera się zaraz ze swym sześcioletnim synem ma mniej więcej wysokość 600 metrów nad poziomem morza, zalicza się więc do miejscowości podgórskich.

A pisząc o okolicy podgórskiej czy górskiej, nie można się nią nie zachwycać.

Klimat górski jest nieoceniony. Przeczyste, aromatyczne, orzeźwiające i odświeżające powietrze. Przepiękne malownicze krajobrazy, różnorodna, bogata górska roślinność, widzi się wokoło majestat piękna i potęgi natury. Pierwsze zetknięcie z górami robi na człowieku niezwykłe wrażenie. Tam zapomina się o tych małych, codziennych, szarych sprawach.

Powietrzem górskiem oddycha się łatwiej, częściej i głębiej. Jest więc doskonała wentylacja płuc. Serce kurczy się częściej i silniej, stąd większy jest przepływ krwi do płuc, a więc lepsze jest ich odżywianie,

Dzieci, które przedtem miały złe łaknienie, zaczynają jeść na potęgę już w drugim — trzecim dniu pobytu w górach.

Poprawiają się więc szybko, w oczach prawie, nabierają sił i tężyzny. W górach dzieci mają dużo przestrzeni i swobody, mają więc dobrą okazję do wyładowania nadmiaru swojej niespożytej energji.

Bujna, nieokiełznana natura dziecięca, niespokojny duch, w dużej mierze harmonizuje z naturą gór, gdzie jest pełno tajemnic, piękna i grozy. Letnisko w okolicy górskiej nie nadaje się dla niemowląt bądz drobnych dzieci, bo jednak od wszystkich prawie większych miast polskich okolice te znajdują się trochę zadaleko.

Dr. St. Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

(Pomyślmy o grupowych zabawach dzieci w czasie lata).

„Bardzo mnie cieszy — zaczęła poważnie moja siostra, przywitawszy się z młodą panią domu, do której przyszłyśmy z wizytą — bardzo mnie cieszy, że przestałaś kupować swemu synowi ró‧ne wierszowane i niewierszowane „śmiecie", a obdarzasz go wartościowemi książeczkami. Ale ja dziś chcę na inny temat cię pomęczyć. Znam twoją dobrą wolę i twój entuzjazm, wiem, że lubisz dzieci, że wyjedziesz ze swym małym na wieś, że możesz się tam nudzić..."

„Do czegóż to zmierza?"

„Poczekaj. Najpierw zobacz, co ci przyniosłam w darze."

„„Dzwonki" — gry, piosenki i zabawy z muzyką". To coś ładnego!"

„Bardzo ludnego. Patrz: w jednej broszurze znajduje się tekst, w drugiej są nuty. Całość jest podzielona na 5 części; 1 — Marsze. 2 — Gry. 3 — Zabawy i piosenki. 4 — Deklamacja chóralna. 5 — Obrazki sceniczne. Materjału moc. Są rzeczy łatwiejsze i trudniejsze, dla 5-ciolatków i dla starszych. Tekst, układ,

muzyka, bardzo ładne. Opracowanie staranne.“

„Kiedy ta rzecz wyszła?“

„O, szereg lat temu, tylko ludzie o niej zapomnieli. A szkoda. Lecz zmierzam do celu: Proponuję ci, żebyś nauczyła się trochę tych rzeczy teraz, zawczasu; żebyś z synuśkiem zabawiła się w to lub owo (on się pobawi, a ty się wprawisz), a na wsi, jak znalazł! Zorganizujesz gromadkę dzieciaków, kolegów syna, nauczysz paru gier, jakiejś inscenizacji .. Pracy będziesz miała stosunkowo niewiele, ale zato dużo radości. Weź również pod uwagę fakt, że dzieci lubią godzinami bawić się same w to, co już umieją. Ostatecznie — pomoże ci jaka starsza dziewczynka.“

„Bardzo ładny pomysł. Tylko kosztowałaś się...“

„E, nie książeczka jest tania, a będziesz miała tematy na szereg lat“.

„Muszę pokazać to wydawnictwo znajomej wychowawczyni z przedszkola“.

„Możliwe, że je zna, a jeśli nie, to przyda się jej napewno. Tak niewiele jest współczesnych rzeczy i tak porozrzucane“...

„Czekajcie, moje panie — zawołałam za wychodzącą do drugiego pokoju siostrą — nie kończcie swej rozmowy za mojemi plecami, bo mam zamiar wyplotkować ją w całości w „Młodej Matce“.“

„Prosimy bardzo. Miło nam będzie podzielić się naszemi skromnemi wiadomościami i pomysłami“.

Janina Stawe.

Do Matki.

Jedno słowo jednako dźwięczy w każdej mowie
I jednaka jest słodycz zawsze w owem słowie.

Od prawieków po dzisiaj, z krańca w kraniec świata
To słowo wszystkie ludy między sobą brata.

I pierwszym jest zwiastunem w każdem życiu nowem,
Że się już Myśl zrodziła i stała się słowem,

Gdy na dziecięce wargi, drżące niedołężnie,
Wypłynie gdzieś spod serca i mózgu dosięże.

I kiełkuje, i rośnie, i rozkwita w Miłość,
I do serca powraca, bo z serca przybyło.

Aż się znowu rozewrze objawienia brama:
Dobro, piękno i miłość — w nieporadnem „ma-ma“.

Marja Grabowska.

„...Serce u stóp matki...“

Jak wielką musiała być miłość synowska Tego, który całe swe życie oddał krajowi, a po śmierci chciał spocząć sercem przy stopach swej rodzicielki.

Jak silna była tęsknota do matki, źródła miłości, którą płonął w swojej tegoczesnej wędrówce.

Jak potężne było uczucie ze strony matki, skoro potrafiła wytworzyć wieczną więź między sobą a Wielkim Synem, między sobą a Bohaterem i przyciągnąć w chwili skonu owemi więzami Jego serce do swoich martwych już nóg.

Musiała tam być ogromna przyjaźń i wielkie, bez zastrzeżeń zaufanie— natomiast absolutny brak tego wszystkiego, co sprawia, że dziecko z biegiem życia przestaje się garnąć do matki, że czuje się przez nią coraz bardziej niezrozumiane, że dlatego nierzadko staje wobec swej absolutnej samotności i odchodzi w świat — sam nie czując łączności z matką i — jakże często, niestety — jako obcy matce człowiek.

Musimy powiedzieć, że poczucie więzów rodzinnych — to jeszcze nie miłość, a obowiązek synowski (bardzo zresztą — jako taki godny poważania) — to nie to samo co przyjaźń, zaś szacunek dla matki—to nie bezgraniczne zaufanie.

Surogaty nie zastąpią prawdziwego, „żywego” pokarmu.

Takim prawdziwym pokarmem dla duszy dziecka, późniejszego człowieka — jest miłość, mogąca być dla tegoż dziecka źródłem wszelkich wartości duchowych.

„Serce u stóp matki“ — to drogowskaz dla synów i córek...

„Serce u stóp matki“ — to drogowskaz dla rodziców, przedewszystkiem dla matek.

Abyśmy dobrze orjentowały się w jego kierunku.

Rozwój dziecka w I-ym roku życia.

4. Śmiech i płacz dziecka.

Już w pierwszych dniach po urodzeniu u zdrowego niemowlęcia widzimy po ożywczym śnie lub po kąpieli pogodny, zadowolony wyraz twarzy. Prawdziwy jednak uśmiech zjawia się dopiero po 3-ch tygodniach życia. Pierwszy uśmiech, ta pierwsza oznaka człowieczeństwa, niepomiernie cieszy matkę. Oto już naprawdę człowiek, a nie kłębek ludzkiego ciała, wciąż jedzący, pijący i śpiący.

Uśmiech świadczy o zadzierzgnięciu wewnętrznego kontaktu dziecka z otoczeniem i jest wyrazem przyjemnych uczuć przez dziecko przeżywanych, na skutek percepowania (przyjmowania) wrażeń zewnętrznych. Świadczy on o życiu wewnętrznem dziecka, o budzeniu się jego duszyczki.

Najczęściej uśmiecha się dziecko, gdy się doń mówi. Tak zabawne wydają mu się ruchy ust. Gdy w wieku około 3-ch miesięcy dziecko rozpoznaje już osoby, to na widok znajomych twarzy śmieje się i piszczy radośnie. A i grzechotka lub barwny obrazek na ścianie jako też mamusina broszka przy bluzce wywołują śmiech, połączony z długiemi monologami. Flaszka zaś z mlekiem wywołuje uśmiech nawet, gdy dziecko nie jest głodne. Śmiech ten podówczas jest wyrazem radości zupełnie platonicznej (bezinteresownej) jest jedynie wspomnieniem miłego wrażenia, związanego ze spożywaniem mleka, nie chce bowiem dzidziuś wziąć wtedy smoczka do buzi i nawet ze skrzywieniem go odpycha, gdy mu usiłuje się włożyć go do buzi. Gdy zaś dzidziuś jest głodny, to śmieje się do flaszki pożądliwie i wyrywa się ku niej ze wszystkich sił. W wieku około 10-12 mies. objawia dziecko swe zadowolenie głośnemi kaskadami śmiechu.

O ile śmiechem wyraża dziecko swe przeżycia przyjemne, o tyle płacz informuje nas o jego przykrościach. Noworodek płakać jeszcze nie umie, potrafi krzyczeć. Krzykowi temu dopiero później, w wieku 3-20 tygodni, zaczyna towarzyszyć płacz, połączony ze łzami. Znacznie później uczy się dziecko płakać bez krzyku. Sądząc z tego zewnętrznego wyrażania się t. j. śmiechu i płaczu, należy mniemać, że uczucia przykre przeważają nad przyjemnemi nawet w tym, uważanym zwykle za szczęśliwy okres niemowlęctwa.

Jest to poniekąd celowe i dla niemowlęctwa pożyteczne. Wyrażając bowiem głośno swe przykre uczucia zwraca na siebie uwagę dorosłych, którzy mu pośpieszą z pomocą.

Dr. N Blumental.

Wychowanie estetyczne.

Wychowanie artystyczne dziecka obejmuje wszystkie niemal dziedziny sztuki: muzykę, śpiew, malarstwo, rzeźbiarstwo, recytację, taniec i sztukę stosowaną.

Jest wielka ilość dzieci, obdarzonych dość dużemi zdolnościami w jakiejś jednej, a niekiedy i w kilku gałęziach sztuki. Już we wczesnem dzieciństwie wychowanie winno zdolności te ujawniać i rozwijać, aż do tej chwili, gdy dziecko przejdzie w ręce specjalistów: którzy będą doskonalić jego umiejętności. Lecz nawet w wypadku, gdy dziecko nie zdradza żadnych uzdolnień w tym kierunku, trzeba drogą wychowania budzić i rozwijać w dziecku zamiłowania i umiejętności artystyczne, aby w późniejszym życiu szkolnem i towarzyskiem nie odczuwało ich braku.

Wychowanie współczesne docenia znaczenie wychowania artystycznego i w każdem niemal przedszkolu dzieci śpiewają, rysują, lepią, zajmują się rytmiką i tańcem i robią ładne robótki — pierwowzór okazów sztuki stosowanej.

Lecz niestety, często w domu dorośli nie potrafią ani zrozumieć zamiłowań dziecka, ani ocenić znaczenia jego prób w tym kierunku. „Znów smarujesz! Całe okno kredkami zamazałeś, a ja je wczoraj dopiero umyłam". Albo na widok dziewczynki, która wykonuje przed lustrem jakieś dziwne ruchy, może zapożyczone od Shirley Temple, a może wyczarowane z fantazji, matka mówi ze zdumieniem i niezadowoleniem: „Boże, jakie to dziecko ma dziwne pomysły. Cały dzień kryguje się przed lustrem". A tymczasem dzieci wyładowują potrzebę wypowiedzenia się w rysunku czy ruchu.

Otoczenie w ten sposób hamuje zdolności dziecka, gdy przy odrobinie dobrej woli mogłoby je rozwijać. Papier, ołówek, kredki i plastelina: oto tworzywo artystyczne małego malarza, rysownika czy rzeźbiarza, z którego tworzy on otaczający go świat. Ludzie, zwierzęta, ulice, domy, wsie i okręty, to wszystko mają oznaczać nieporadne, niezrozumiałe dla nas gryzmoły i bezkształtne, nieforemne kawałki plasteliny.

Ale dzieci, którym pozwalamy wyżywać się w rysunku i lepieniu, które do tego zachęcamy i pobudzamy, podsuwając coraz to nowe pomysły, stopniowo doskonalą się w wyrażaniu drogą artystyczną swych spostrzeżeń i dążeń. Wprawa i przyzwyczajenie odgrywają tu dużą rolę, zastępując poniekąd zdolności. W mej własnej praktyce nauczycielskiej spotkałam się z jaskrawem potwierdzeniem tej teorji. Przyszłam kiedyś w charakterze zastępczyni do zupełnie nieznanego mi I-ego oddziału. Tematem lekcji był „targ". Po omówieniu targu po-

leciłam dzieciom narysować go. Rysynki 10-ga dzieci zwróciły moją uwagę. Zanotowałam nazwiska, żeby potem dowiedzieć się od wychowawczyni prowadzącej klasę stale, czy moje spostrzeżenia są słuszne i czy istotnie dzieci te są najzdolniejsze do rysunku. „Nie — odpowiedziała mi koleżanka — ale te wszystkie dzieci przyszły do nas z przedszkola i dlatego umieją rysować“. Ta uwaga utkwiła mi w pamięci. I rzeczywiście niema dzieci tak niezdolnych, któreby nie umiały nic narysować ani ulepić — są tylko takie, których nigdy tych rzeczy nie uczono.

Przechodzę to tańca. Każda panienka, czy pani, wcale nie zawodowa tancerka wie, ile przyjemności sprawia taniec. Ile miłych chwil zapewnia nam na wieczorkach i balach, jego umiejętność, jak ważnym jest czynnikiem w życiu towarzyskiem. Mówię o kobietach, gdyż mężczyźni są w lepszej sytuacji. Czy tańczą lepiej, czy gorzej, oni są stroną czynną, oni proszą i rzadko napotykają na odmowę. Kobieta musi czekać na zaproszenie, a proszą ją wtedy, kiedy tańczy dobrze.

Pomijając stronę praktyczną taniec ma duże znaczenie dla kształcenia zmysłu rytmu, harmonji i piękna ruchu. I dlatego nie należy śmiać się z dziecka, które w sposób niezdarny i komiczny wykonuje jakieś poruszenia, mające być tańcem. Na dziesięć ruchów niezgrabnych przypada jeden piękny i dziecko uczy się władać swem ciałem w sposób celowy i estetyczny.

Jeżeli ważną jest rzeczą umiejętność należytego wypowiadania się w rysunku, lepieniu czy tańcu, jak bardzo doniosłem jest należyte władanie przyrodzonym organem mowy — głosem. Jak dużo znaczy w życiu piękne mówienie i piękne czytanie Inaczej przemawia do nas ten sam utwór „wyrąbany“ lub też odczytany w sposób, nie powiem artystyczny, lecz poprostu kulturalny. A tę umiejętność można dzieciom wszczepić z łatwością. Żadne wychowanie nie jest w stanie stworzyć artystki, lecz możemy każde dziecko nauczyć czytać prozę, czy też deklamować wiersze z zaznaczeniem interpunkcji, z uwypukleniem sensu i treści uczuciowej.

Jeśli chodzi o recytację, kolosalną rolę odgrywa przykład. Dziecko, które słyszy ładną mowę i któremu czyta się na głos starannie i estetycznie, również z łatwością zdobędzie tę umiejętność.

Nie mówiłam o tak ważnej dziedzinie sztuki, jak muzyka i śpiew, nie dlatego, żebym nie doceniała ich znaczenia; odwrotnie, umuzykalnienie dziecka jest zagadnieniem bardzo doniosłem. Lecz ponieważ na łamach „Młodej Matki“ kwestja ta była poruszana, nie chcę ponownie jej podnosić.

Teraz słów kilka o sztuce stosowanej. Wszystkie dziecięce robótki, jak wyszywanki, wyplatanki i t. d. są właśnie jej zapoczątkowaniem i rozwijają, smak i zmysł dziecka. Wychowanie artystyczne nie powinno być zaniedbane, ani zlekceważone, gdyż ono wprowadza dziecko w świat piękna — w świat sztuki.

Mag. Czesława Wasermilówna.

Spacery

Ile spostrzeżeń, ile odkryć, ile uwag ciśnie się na usta, gdy się tak kilka godzin dziennie wysiedzi wśród wózków, matek, nianiek, bon i wykwalifikowanych pielęgniarek. Można się napatrzeć, nasłuchać, uśmiać i nieraz wprost przerazić.

Zacznę od notowania ciekawych obrazków. A więc najpierw matki. Zdawałoby się, że gdy z dzieckiem idzie na spacer sama matka, to już wtedy jest dziecku najlepiej, najbezpieczniej i najmilej. Nie zawsze jest tak.

Powiem, że stare, dobrotliwe nianie, oraz chłodne, wyniosłe pielęgniarki w przepisowych czepeczkach i granatowych fartuchach — podobają mnie się podczas spacerów najwięcej. Pierwsze są troskliwe, zapobiegl we i stale dzieckiem zajęte. Drugie logicznie, racjonalnie, pedantycznie spełniają swe czynności wokoło dziecka, spokojnie, nie nerwowo, za to celowo i wprawnie. Ani u jednych, ani u drugich nie widziałam wózka, postawionego w ten sposób że dziecko spało z twarzyczką zwróconą wprost na słońce, a gdy otwierało od czasu do czasu oczy to musiało spojrzeć wprost w rozżarzoną kulę słoneczną.

Wiele matek właśnie tak ustawiało wózek, nie wiem dlaczego. Oto kilka innych obrazków:

Mały Edzio może dwulatek, ubrany w ciepły, ciężki paltocik i czapkę „cyklistówkę“ z wielkim daszkiem, zobaczył nieco starszego chłopczyka na rowerze.

Biegnie do niego i prosi grzecznie „pozwól mi podjechać“. Tamten pozwala. Uszczęśliwiony Edzio pakuje się na siodełko za nowopoznanym chłopcem i obaj ruszają. Oczywiście po chwili obaj leżą. Żaden nie płacze.

Wstają i sapiąc z przejęcia zaczynają podnosić rower. Nadbiega matka Edzia. Odciąga go za rączkę niecierpliwie, jeszcze niecierpliwiej zaczyna otrzepywać płaszczyk i jednocześnie mówi, mówi, mówi:

Że po powrocie do domu Edzia wybije, że go zamknie na klucz, że nigdy nie pójdzie z nim na spacer, że zaraz idą do domu, że Edzio nie dostanie leguminy, że płaszczyk zniszczony i t. d. i t. d.

Nakoniec Edzio wybucha płaczem. Wtedy matka krzyczy: „I powiedz mnie, czego ty ryczysz, czego płaczesz,

Powiedz w tej chwili, czego płaczesz?" Edzio ów był bardzo milutki. Myślę, że charakter odziedziczył po ojcu.

Drugi obrazek: siedzi matka z książką i czteroletnim chłopczykiem. Dajmynato Bolek. Bolek co chwila wstaje i biegnie do kogoś, kto ma tramwaj dla lalek, stale chce ten tramwaj odebrać. Matka zamiast go zająć czem innem, odwołuje co chwilę z wielkim gniewem, przyczem wykrzykuje (elegancka pani): „Jak przyjdziemy do domu to ci spuszczę majteczki i po gołem bić będę, zobaczysz!

Trzecia matka: malutka, młoda, rozkochana w swej półtorarocznej córeczce idzie za nią krok w krok.

Mała przysiada przy kupie piasku i sięga po czyjeś wiaderko. „Nie rusz Dzidziu, mówi matka, bo ten chłopczyk Ciebie za to uderzy". — Czyż naprawdę kobiecie inteligentnej nie przyszło do głowy inaczej nieco sformułować ową przestrogę? Czy nie mogła powiedzieć: „Najpierw spytaj Dzidziu, czy możesz ruszyć wiaderko" albo „Dzidziu nie ruszaj nigdy tego, co nie twoje" — i t. d. Chłopczyk zaś wcale nie miał zamiaru uderzyć, był to uśmiechnięty malec i z uśmiechem przyjął małą Dzidzię.

Znowu inna mała dzidzia, może trzyletnia mała Helenka przyszła do ogrodu w ciepłej futrzanej pelerynce na szyi. Ponieważ dzień był ciepły, dziecko spotniało odrazu, poczęło kaprysić, wyrzucać wszystko z wózka, z powrotem wrzucać, potem kłaść się na ziemi. Matka monotonnym głosem wydawała polecenia, których Helenka zupełnie, ale to zupełnie nie słuchała. Matka nie zrażona tem dalej powtarzała: „Helenko połóż poduszeczkę — Helenko połóż poduszeczkę, Helenko połóż poduszeczkę". Potem nagle chwyciła matkę złość. Wyrwała poduszeczkę, wyklapsała Helenkę, Helenka uderzyła w płacz. A po dziesięciu minutach zaczeło się wszystko od początku.

Muszę też zaznaczyć w tem miejscu, że nie miałam pojęcia, iż tak dużo jeszcze matek, ze sfer inteligentnych i wykształconych, bije swe dzieci.

Możliwe, że jest to najłatwiejsze rozstrzygnięcie najróżniejszych sporów i zatargów z dzieckiem, to też nie dziwię się, gdy bije dziecko spracowana dozorczyni lub robotnica, które na systematyczne wykonywanie ani czasu, ani pieniędzy, ani przygotowania nie posiadają.

Ale żeby młode wykształcone kobiety stale klapsały i targały za rączki swe maleństwa, zobaczyłam dopiero obecnie, gdy wózek ze swym małym stawiam codzień pośród innych różnokolorowych wózków w ogródkach spacerowych.

J. Mackiewicz-Orłosiowa

Dobre i ładne książki

W ostatnich czasach miałam w ręku kilka książek, które w sposób popularny zbogacą wiedzę rodziców i pozwolą im odpowiedzieć dziecku na wiele pytań. Jedna z nich to

„Wróg pod mikroskopem" *O. Kuzniecowej*. Przekład z rosyjskiego *Tadeusza Zabłudowskiego*.

Autorka opowiada zaiste z talentem o odkryciach bakterjologicznych Ludwika Pasteur'a, słynnego chemika francuskiego, odkrywcy mikroba, pogromcy „wścieklizny" i innych plag, tego wielkiego uczonego, który wszystkie lata życia spędził na pracy dla uszczęśliwienia ludzkości i dla chwały ukochanej Francji.

Książka napisana świetnym językiem, zajmująco, z naukową znajomością rzeczy, a popularnie, zachwyca i wzrusza.

Przekład bardzo dobry.

Dwie inne książki — również przekład z rosyjskiego — to:

M. Iljin — *„Która godzina?"* tłomaczył *T. Zaruski* i *M. Ilijn* — *„Słońce na stole"* tłomaczyła *Janina Tołwińska*. Pierwsza jest historją zegara od czasów starożytnych po dzień dzisiejszy, druga — historją lampy: od ogniska na podłodze po dzisiejsze „świecące rurki" — neony.

Nie stoją na tej wyżynie, co książka Kuzniecowej, ale są bardzo interesujące, napisane popularnie i dowcipnie. Warto się z niemi zapoznać. Dużo małych rysuneczków ożywia tekst.

Bardzo łatwą „lekturą" dla najmłodszych — 3, 4, 5 lat — będą książeczki *H. Mortkowiczówny*: *„Pawełek w ogrodzie zoologicznym"*. Autorka nie moralizuje, ani nie bawi się w wykłady; poprostu — „wciela się" w Pawełka i ubiera w wiersz jego myśli; rysunki na każdej stroniczce. Stron 20. *„Dzień Jędrusia"* i *„Dzień Krysi"* obie niedużutkie, po 14 stron, łatwiusieńko napisane, trochę dydaktycznie, ale lekko i wesoło, też wierszem.

„Pawełek" kosztuje 3 zł., dwie następne po 1.20. Wydanie Mortkowicza.

Janina Stawe.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani M. Ziętkowej.* Ponieważ mamy w tej chwili wiosnę, kiedy dziecko może być prawie cały dzień na powietrzu, sądzimy, iż krzywica Krysi nie może robić w tej chwili większych postępów. Zasadą Pani powinno być — dużo dla niej powietrza, trochę słońca (ostrożnie), nieprzegrzewanie dziecka i racjonalna dieta. O konieczności stosowania leków na dystans nic nie możemy powiedzieć. W ząbkowaniu małej nie widzimy nic złego.

2. *„Krakowiance“.* Niestety, nic w tej sprawie na dystans nie jesteśmy w stanie powiedzieć. O ile tło swoiste cierpienia zostało przez skórnika wykluczone, dziecko powinno znajdować się pod opieką pedjatry.

3. *Pani M. Rutkowskiej.* Aby ustrzec dziecko od ospy wietrznej, trzeba zrobić wszystko, aby nie stykało się z choremi — na to cierpienie. Szczepienie przeciw ospie naturalnej nie zabezpiecza od ospy wietrznej. Dieta małej Zosi może być następująca: 7-ma — mleczna herbata, kawa zbożowa, kakao owsiane z bułeczką czerstwą lub sucharkami. 11-ta — zupa jarzynowa lub owocowa, dość gęsta, nawet ze śmietaną, a na drugie danie jarzyny. 3-cia — pół śniadania i owoce. 7-ma — kasza na mleku. Jak Pani widzi, mała powinna dostawać tylko cztery razy jeść, co 4 godziny. Poszczególny posiłek powinien wynosić koło szklanki. Mleka na dobę dziecko może dostawać koło pół litra. W nocy takie duże dziecko nie może dostawać nic do jedzenia.

4. *Pani R. Sierpowskiej.* Szkoda, że 3-miesięczne niemowlę musi być tylko na odżywianiu sztucznem. Skłonność do wolnych stołeczków swego synka może Pani poprawić przez zamianę w podawanej mieszance połowy cukru na nutromalt Wandera.

5. *Pani S. Kubińskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

6. *Pani Z. Załęskiej.* Kaczkowaty chód u dziecka nie może być zaliczany do zjawisk normalnych. Radzimy dziecko pokazać chirurgowi.

7. *Pani R. Stępniowej.* Zeza w pierwszym roku życia nie potrzeba leczyć.

8. *Pani M. Hozerowej.* Klej jęczmienny ma działanie lekko czyszczące, ryżowy zapierające. Może Pani nadal stosować klej owsiany, oczywiście w połączeniu z mlekiem. Gęstość kleju, rzecz prosta z wiekiem wzrasta. Dziecko 4-miesięczne może już dostawać mleko w stosunku — 2 części mleka, 1 część kleju + 1 do $1\frac{1}{2}$ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki. Mieszanka pokrywa brakujący pokarm w ten sposób, aby poszczególny posiłek w sumie nie przekraczał 150 g.